


Praxistest 2022, Teil 5: Tagesrucksäcke zum Wandern (20 bis 24 l)

Unbeirrt setzen wir auch 2022 unsere erfolgreichen Langzeit-Praxistests fort. Wie schon im Vorjahr gibt es insgesamt acht Testberichte, wovon vier online und (in komprimierter Fassung) auch im jeweiligen Heft, die anderen vier ausschließlich online erscheinen. In Ergänzung der ausführlichen Praxistests mit jeweils bis zu neun Produkten gibt es zusätzlich noch Schnelltests zu jeweils einem einzelnen Produkt, die wahlweise online oder online und im Heft erscheinen.

Ein Rucksack ist bei jeder „echten“ Wanderung dabei, um all die notwendigen Utensilien praktisch und gut tragbar mit dabei zu haben. Auch auf Tagestouren sind Rucksäcke unverzichtbar. Allerdings genügt für eine solche Tour in der Regel ein Rucksack mit relativ kleinem Volumen zwischen 20 und 25 Litern. Daher haben wir für Sie sieben derartige Modelle ausprobiert, von denen einige als Damen- und Herrenmodell, andere als Unisexmodell angeboten werden. Drei unserer Kandidaten haben einen NetZRücken, die anderen vier einen Kontaktrücken. Diese Modelle waren dabei:

NetZRücken: Deuter Futura 21SL / Futura 23
Gregory Arrio 24
Lowe Alpine Airzone Active 22

Kontaktrücken: Bach PacRock 22
bleedxZanier ECO 21
Osprey Tempest 20 / Talon 22
Patagonia Altiva Pack 22

Testgebiet:	Deutsche Mittelgebirge: Eifel, Spessart, Mittelrheintal, Taunus, Mosel, Hunsrück
Strecken:	3 bis 19 km
Höhenmeter:	▲ ▼ jeweils bis zu 510 m
Temperaturen:	14°C bis 32°C
Wetter:	
Zeitraum:	Mai 2022 bis Juli 2022

Die jeweils betroffenen Hersteller haben keinerlei Einfluss auf die Durchführung und das Ergebnis der Tests. Wir haben uns bemüht, die Vor- und Nachteile der Produkte, die uns während des Langzeittests aufgefallen sind, so objektiv wie möglich darzustellen. Oberstes Ziel der Studie war es, möglichst umfassende und praxisnahe Informationen zum jeweiligen Testprodukt zu bieten.

Im Folgenden stellen wir die getesteten Produkte kurz mit Foto und tabellarischem Überblick vor (z.B. aktueller Ladenpreis, das von uns ermittelte Gewicht und die Kontaktadresse der Hersteller), bevor wir unsere Eindrücke und Erfahrungen auflisten und die Kandidaten bewerten.

Übrigens:

Für unseren Praxistest haben wir aus einem großen Produktangebot die oben genannten Kandidaten ausgewählt, die wir im mehrmonatigen Praxistest genau unter die Lupe genommen haben. Durch die sorgfältige Vorauswahl schaffen es in der Regel nur Spitzenprodukte, zu den auserkorenen Testkandidaten zu gehören.

Das Produkt (in Ausnahmen mehrere Produkte oder keines), das sich in der Praxis am besten bewährt, nachhaltig ist und rundum für den Einsatz beim Wandern überzeugt, erhält schließlich das begehrte Wandermagazin-Testsiegel.



Deuter Futura 23



Deuter Futura 21SL

Netzrücken

Gregory Arrio 24



Lowe Alpine Airzone Active 22



deuter

Mittelschwerer Tageswanderrucksack mit sehr gut belüftetem Netzrücken. Hauptfachzugang von oben über 79 cm langen 2-Wege-RV. Sehr geräumiges RV Frontaußenfach mit RV- & Netz-Innentasche. Hauptfach ungeteilt. 2 seitl. Netztaschen. Mittiges Netzaußenfach. Max. Länge Hüftgurt & Hüftflossen: 94/98 cm. Zugrichtung Hüftgurt: nach hinten. Tragekomfort: sehr gut. Teils aus recyceltem Material. PFC-frei. Regenhülle dabei. Fair Wear Leader.

Gregory

Leichter Tageswanderrucksack mit sehr gut belüftetem Netzrücken. Hauptfachzugang von oben. Hauptfach nicht unterteilt. Deckelklappe mit Außen- & Innenfach. 1 seitl. Netztasche. 1 großes und 1 mittelgroßes RV-Außenfach. Max. Länge Hüftgurt & Hüftflossen: 90 cm. Gurte sind gut gepolstert. Insgesamt sehr guter Tragekomfort. Regenhülle dabei. PFC-frei. Zugrichtung Hüftgurt: nach vorne. Teils aus recyceltem Material.

Lowe Alpine

Sehr leichter Tageswanderrucksack mit hervorragend belüftetem Netzrücken. Nicht unterteiltes Hauptfach mit Zugang von oben über 64 cm langen umlaufenden 2-Wege-RV. Innen RV-Netzfach. 2 seitl. Netztaschen, 1 zentrales Netzaußenfach. Kleines RV-Außenfach oben. Max. Länge Hüftgurt & Hüftflossen: 103 cm. Tragekomfort: sehr gut. Regenhülle in eigenem Bodenfach. Zugrichtung Hüftgurt: nach hinten. Fair Wear Mitglied.

Bach
PacRock 22



bleedxZanier
ECO 21



Kontaktrücken



Osprey
Tempest 20



Osprey
Talon 22

Patagonia
Altiva Pack 22



Bach

Leichter, robuster Unisex Alpin-Tagesrucksack mit Kontaktrücken. Hauptfachzugang von oben. Deckelklappe mit RV Außen- und RV-Innenfach. Hauptfach nicht geteilt. RV-Innenfach, 1 seitliche Netztasche. Zentrales Netz-Außenfach. Max. Länge abnehmbarer Hüftgurt: 113 cm. Keine Hüftflossen. Schultergurte sehr gut gepolstert. Sehr guter Tragekomfort. Zugrichtung Hüftgurt: nach hinten. PFC-frei. Keine Regenhülle.

bleedxZanier

Extrem leichter Tageswanderrucksack mit gut belüftetem Kontaktrücken. Hauptfachzugang von oben über 58 cm langen 2-Wege-RV. Hauptfach nicht unterteilt, aber mit RV-Innenfach. Deckelklappe mit RV-Außenfach. 2 seitl. Netztaschen. 1 RV-Tasche an Hüftflosse. Max. Länge Hüftgurt & Hüftflossen: 100 cm. Zugrichtung Hüftgurt: nach vorne. Gurte gut gepolstert. Sehr guter Tragekomfort. 100% recyceltem Polyester, wasserdichtes Material.

Osprey

Leichte Tageswanderrucksäcke mit sehr gut belüftetem, in der Länge verstellbarem Kontaktrücken. Zugang ins nicht geteilte Hauptfach von oben über 70 cm 2-Wege-RV. RV-Außen- und RV-Netzfach. Zentrales Netzaußenfach. RV-Taschen an Hüftflossen. Max. Länge Hüftgurt & Hüftflossen: 75 cm. Zugrichtung Hüftgurt: nach vorne. Gurte sehr gut belüftet & gepolstert. Hoher Tragekomfort. PFC-frei. Aus recyceltem Nylon. bluesign & GRS. Keine Regenhülle.

Patagonia

Sehr leichter Unisex-Tageswanderrucksack mit gut belüftetem Kontaktrücken. Zugang ins ungeteilte Hauptfach von oben über 60 cm langen 2-Wege-RV. Geräumiges zentrales RV-Außenfach. Oben kleines RV-Außenfach. 2 seitl. Netztaschen, RV-Taschen an Hüftflossen. Regenhülle in Bodenfach. Max. Länge Hüftgurt & Hüftflossen: 117 cm. Zugrichtung Hüftgurt: nach hinten. Gut gepolsterte Gurte. Sehr guter Tragekomfort. PFC-frei. Teils recycelt.

Gruppe 1: Rucksäcke mit NetZRücken			
	deuter ♀ Futura 21 SL ♂ Futura 23	Gregory Unisex Arrio 24	Lowe Alpine Unisex Airzone Active 22
Grundlagen			
Gewicht (Eigenmessung)	♀ 1200 g, ♂ 1225 g	869 g	781 g
Volumen in Litern	♀ 21 l, ♂ 22 l	24 l	22 l
variable Rückenlänge	nein	nein	nein
Max. Umfang in cm (Hüftflossen & Hüftgurt)	♀ 94 cm ♂ 98 cm	90 cm	103 cm
Einstellriemen			
Variabler Brustgurt	ja	ja	ja
Kontrollriemen	Schultern	Schultern	nein
Kompressionsriemen	ja	ja	ja
Gurteigenschaften			
Hüftflossen (BxL) cm	♀ 10 x 10 cm / ♂ 10 x 10 cm	9 x 9 cm	9 x 11 cm
Polsterung Hüftgurt	gut	gut	gut
Zugrichtung Hüftgurt	nach hinten	nach vorne	nach hinten
Polster Schultergurte	sehr gut	gut	gut
Taschen & Fächer			
Deckelklappe: Außen- und Innenfach?	keine klass. Deckelklappe, aber großes RV-Außenfach mit RV- und Netzinnefach	klassische Klappe mit RV-Außenfach und RV-Innenfach in dem Regenhülle plaziert ist	keine klassische Deckelklappe, aber RV-Außenfach und RV-Netzinnefach im Hauptfach
Hauptfach unterteilt	nein	nein	nein
Trinksystemkompatibel?	ja	ja	ja
Seitl. Außentaschen Tiefe der Taschen	2x Netztasche: ♀ 18 cm, ♂ 18 cm 2x RV Seitentasche	1x Netztasche: 19 cm 2x RV Seitentaschen	2x Netztasche: 19 cm
sonstige Fächer / Taschen	zentrales oben offenes Außenfach, Innenfach für Trinksystem, kleines Bodenfach für Regenhülle	Innenfach für Trinksystems	zentrales oben offenes Außenfach, Innenfach für Trinksystem, kleines Bodenfach für Regenhülle
Zugang ins Hauptfach	Zugang nur von oben über 79 cm langen 2-Wege-RV	Zugang nur von oben über Deckelklappe	Zugang nur von oben über 64 cm langen 2-Wege-RV
Praxistauglichkeit			
Gurte halten?	ja	ja	ja
NetZRücken einstellbar?	nein	nein	nein
Stabilität	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Tragekomfort	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Zusatzausstattung			
Regenhülle	ja, in eigenem Bodenfach	ja, in eigenem Fach im Deckel	ja, in eigenem Bodenfach
Stockhalterung	ja	ja	ja
Sonstiges	PFC-frei, SOS Etikett, 50% recyceltes Material, Fair Wear Leader Status	PFC-frei, 40% recyceltes Material, FreeSpan Federung, SOS-Pfeife	SOS-Pfeife, Fair Wear
Preis & Info			
Preis	135,00 €	95,00 €	80,00 €
Homepage	deuter.com	eu.gregorypacks.com	rab-equipment
Testurteil	sehr gut	gut	gut

Gruppe 2: Rucksäcke mit Kontaktrücken				
	Bach Unisex PacRock 22	BleedxZanier Unisex ECO21	Osprey ♀ Tempest 20 ♂ Talon 22	Patagonia Unisex Altiva Pack 22
Grundlagen				
Gewicht (Eigenmessung)	767 g	562 g	♀ 865 g, ♂ 952 g	678 g
Volumen in Litern	22 l	21 l	♀ 20 l, ♂ 22 l	22 l
variable Rückenlänge	nein	nein	ja, um ca. 8 cm	nein
Max. Umfang in cm (Hüftflossen & Hüftgurt)	113 cm	100 cm	♀ 75 cm ♂ 75 cm	117 cm
Einstellriemen				
Variabler Brustgurt	ja	ja	ja, mit Pfeife	ja
Kontrollriemen	nein	nein	ja an Schultern	nein
Kompressionsriemen	ja	nein	ja	nein
GuTeigenschaften				
Hüftflossen (BxL) cm	keine	24x 11 cm	♀ 23 x 11 cm ♂ 24 x 11.5 cm	23 x 11 cm
Polsterung Hüftgurt	keine	gut	gut	gut
Zugrichtung Hüftgurt	nach hinten	nach vorne	nach vorne	nach hinten
Polster Schultergurte	sehr gut	gut	gut	gut
Taschen & Fächer				
Deckelklappe: Außen- und Innenfach?	klassische Klappe mit RV-Fächern innen & außen	Deckelklappe mit 2-Wege-RV, RV-Außenfach	keine Deckelklappe, aber RV-Außenfach	keine Deckelklappe, aber RV-Außenfach oben
Hauptfach unterteilt	ja	nein	nein	nein
Trinksystemkompatibel?	ja	ja	ja	ja
Seitl. Außentaschen Tiefe der Taschen	1x Netztasche: 16 cm	2x Netztasche: 20 cm	2x Netztasche: ♀ 19 cm, ♂ 19 cm	2x Netztasche schräg: 18 cm
sonstige Fächer / Taschen	zentrales Außenfach, seitl. Netztaschen	RV-Innentasche im Hauptfach, seitl. Netztaschen, RV-Tasche an einer Hüftflosse	RV-Netzzinnentasche im Hauptfach, zentrales Außenfach, seitl. Netztaschen, RV-Taschen an beiden Hüftflossen	zentrales RV-Außenfach, seitl. Netztaschen, RV-Taschen an beiden Hüftflossen
Zugang Hauptfach	Zugang von oben über Deckelklappe	Zugang über Deckelklappe mit 58 cm langen 2-Wege RV	Zugang von oben über 70 cm langen 2-Wege-RV	Zugang von oben über 60 cm langen 2-Wege-RV
Praxistauglichkeit				
GuTe halten?	ja	ja	ja	ja
Rückenart & Rückenbelüftung	Kontaktrücken, kaum Kontur, mäßig belüftet	Kontaktrücken, mit Mesh-Polstern, gut belüftet	konturierter Kontaktrücken, sehr gut belüftet	konturierter Kontaktrücken, gut belüftet
Stabilität	sehr gut	gut	sehr gut	gut
Tragekomfort	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Zusatzausstattung				
Regenhülle	nein	nein, aber wasserdicht	nein	ja, in Bodenfach
Stockhalterung	ja	ja	ja	ja
Sonstiges	Hüftgurt abnehmbar, PFC-frei, Alpinrucksack	100% recycletes Material	recyc. Material, PFC-frei, bluesign, GRS	recyc. Material, PFC-frei
Preis & Info				
Preis	99,95 €	99,90 €	140,00 €	120,00 €
Homepage	bach-equipment.com	bleed-clothing.com	ospreyeurope.com	eu.patagonia.com
Testurteil	gut / befriedigend	gut	sehr gut	gut

Gruppe 1: Tageswanderrucksäcke mit luftigem NetZRücken

Bevor wir uns den einzelnen Kandidaten widmen, werfen wir einen Blick auf die Rückenbelüftung in dieser Gruppe. Alle drei Kandidaten haben einen sogenannten «NetZRücken», d.h. ein mehr oder weniger gespanntes Netz sorgt für komfortablen Abstand zwischen Rücken und Rucksack. Dadurch ist die Belüftung optimal, allerdings nimmt die Kontrolle über die Last im Rucksack ab, je weiter der Abstand ist. Bei Tageswanderrucksäcken, die man eigentlich nicht über 5kg beladen sollte, spielt das eine weniger große Rolle, als bei größeren und meistens deutlich schwerer beladenen Mehrtagesrucksäcken.

Wie die folgenden Aufnahmen der Rückensysteme zeigen, haben alle Modelle relativ kleine Hüftflossen, die aber bei **Deuter** und **Lowe Alpine** etwas höher ansetzen als bei **Gregory**. Alle Rückennetze sind sehr luftig und können im Abstand zum Rucksack nicht verändert werden. Sie sind auf Rahmen gespannt, die nebenbei den Rucksäcken eine hohe Stabilität verleihen. Wie sich die Modelle sonst bewährt haben, lesen Sie in der Einzelbesprechung.



Deuter Futura 23



Deuter Futura 21SL



Gregory Arrio 24



Lowe Alpine Airzone Active 22

Unser erster Kandidat ist der **Lowe Alpine Airzone Active 22**. Dieser stabile, komfortabel zu tragende Tagesrucksack ist sehr leicht und bietet dank guter Einteilung erstaunlich viel Stauraum. Statt einer Deckelklappe hat er ein kleines rückennahe RV-Außenfach mit Schlüsselclip, das von oben zugänglich ist. Das Hauptfach ist über einen 2-Wege-RV zugänglich und bietet ein RV-Netzfach und ein Einsteckfach für die Trinkblase. Das vorgewölbte Rückennetz stört bei der Beladung des Hauptfaches nicht. Außen gibt es neben den beiden seitliche Netztaschen noch ein zentrales, oben offenes Netzaußenfach sowie ein kleines Bodenfach, in dem die Regnhülle untergebracht ist. *Unser Fazit:* Der **Airzone Active 22** von **Lowe Alpine** bietet sehr gute Rückenbelüftung, vernünftige Lastenkontrolle und ausreichenden, gut zugänglichen Stauraum. Punktabzug gibt es für den nach hinten zu ziehenden Hüftgurt, was ergonomisch unglücklich ist. Auch die sehr kleinen Hüftflossen könnten verbessert werden. Am Ende kommen 66% der möglichen Punkte zusammen, was dem Testurteil „gut“ entspricht.



Lowe Alpine Airzone Active 22

Kandidat Nummer Zwei ist der **Arrio 24** von **Gregory**. Dieser noch recht leichte Tagesrucksack hat eine klassische Deckelklappe mit RV-Außenfach und RV-Innenfach, in dem die Regnhülle untergebracht ist. Das Hauptfach ist von oben zugänglich und kann trotz des vorgespannten Rückennetzes gut befüllt werden. Sehr praktisch sind die beiden unterschiedlich großen RV-Außentaschen, die von einer seitlichen Netzaußentasche für eine Trinkflasche ergänzt werden. Die Schulterriemen erlauben eine gute Lastenkontrolle und der nach vorne zu ziehende Hüftgurt ist sehr einfach in der Bedienung. Allerdings sind auch bei diesem Modell die Hüftflossen zu klein, um eine echte Lastenübertragung und dadurch eine wirklich gute Entlastung der Schultern zu gewährleisten.



Gregory Arrio 24

Unser Fazit: Die **Gregory Arrio 24** ist ein solider Tageswanderrucksack mit sinnvoll dimensioniertem Stauraum und gutem Tragekomfort. Er besteht aus teilweise recyceltem Material, ist PFC-frei und gut einstellbar sowie gut ausgestattet. Insgesamt kann sich der Rucksack 70% der maximal möglichen Punkte sichern und erhält damit das Testurteil «gut».

Der letzte Kandidat der NetZRückengruppe kommt aus dem Hause **Deuter**: hier haben wir sowohl das Herrenmodell **Futura 23** als auch das korrespondierende Damenmodell **Futura 21 SL** getestet. Beide Rucksäcke gehören mit etwas über 1 kg Eigengewicht zu den mittelschweren Tageswanderrucksäcken. Sie haben eine sehr clevere Facheinteilung: statt einer Deckelklappe gibt es ein zentrales sehr geräumiges RV-Fach mit 65 cm langem 2-Wege-RV. In diesem Frontfach befinden sich noch ein RV-Fach und ein offenes Netzfach, so dass alle wichtigen Dinge, die sonst in einer klassischen Deckelklappe verstaut werden, übersichtlich und schnell erreichbar ihren Platz finden können. Das eigentliche Hauptfach ist ebenfalls über einen 2-Wege RV erreichbar. Es ist rückennah angeordnet und bietet sehr geräumigen Stauraum und ein Trinkblasenfach. Außen gibt es noch ein zentrales Netzfach und 2 seitliche Netztaschen. Schließlich findet sich noch ein kleines Bodenfach, in dem die Regenhülle verstaut ist.

Unser Fazit: der **Deuter Futura 21 SL** bzw. **Futura 23** bietet für einen Tagesrucksack unter 25 l sehr großzügig bemessenen Stauraum. Der Tragekomfort ist dank der sowohl bestens belüfteten, als auch sehr gut gepolsterten Schultergurte sehr gut, die Vorspannung des Rückennetzes gewährleistet beste Belüftung ohne beim Beladen zu stören. Bemängeln müssen wir aber die nach hinten gerichtete Zugrichtung des Hüftgurtes, was nicht ergonomisch ist. Auch die Dimensionierung der Hüftflossen ist zu klein für eine effektive Lastenübertragung. Dennoch sammelt der aus teilweise recyceltem Material hergestellte und PFC-freie Rucksack 73% der maximal möglichen Punkte und bekommt damit nicht nur das Testurteil «sehr gut» sondern auch den Testsieg in der NetZRückengruppe.



Gruppe 2: Tageswanderrucksäcke mit Kontakt Rücken

Auch hier werfen wir zunächst einen Blick auf die Rückensysteme. Alle 4 Kandidaten der KontaktRückengruppe sind mit Polstern ausgestattet, die eine rückennahe Position des Rucksacks unterstützen. Dennoch ist gleichzeitig, z.B. durch konturierte Polsterplatten oder durch Mesh-Polsterstreifen, eine gute bis sehr gute Belüftung des Rückens gewährleistet sein. Betrachtet man die Bilder der Rückensysteme, so fallen bei **bleedxZanier**, **Osprey** und **Patagonia** sofort die deutlich größeren Hüftflossen (im Vergleich zur NetZRückengruppe) auf. Was die Belüftungstechnik betrifft, so setzt der **bleedxZanier** auf Polsterstreifen, während bei **Osprey** und **Patagonia** Rückenplatten mit mehr oder weniger ausgeprägter Konturierung und Netzüberzug eingesetzt werden. Bei **Bach** kommt ebenfalls eine solche (Schaum-)rückenplatte zum Einsatz, die allerdings kaum Konturen aufweist.



Wir beginnen die Gruppe mit dem **Bach PacRock 22**. Dieser leichte aber zugleich auch unglaublich robuste Tagesrucksack ist eigentlich als Alpinrucksack konzipiert. Er hat eine klassische Deckelklappe mit RV-Außen- und RV-Innenfach. Das Hauptfach ist ungeteilt und von oben bequem zu befüllen. Kompressionsriemen halten die Ladung an Ort und Stelle. Zugunsten einer möglichst schlanken, z.B. auf Klettersteigen wichtigen, Silhouette hat der Rucksack nur auf einer Seite eine Netzaußentasche. Dafür hat er eine Vielzahl von Befestigungsschlaufen für Ausrüstung. Die Schultergurte sind gut gepolstert, was den Tragekomfort steigert, leider sind sie aber nur wenig belüftet. Das gilt auch für den Rücken, der zwar perfekt anliegt, und dadurch eine sehr gute Kontrolle des Rucksacks erlaubt, aber kaum Luft durchlässt.

Unser Fazit: Der PFC-freie **Bach PacRock 22** ist gut für Tagestouren geeignet, wobei er mehr für Klettereinsätze, als für entspannte Wanderungen ausgelegt ist. Das macht sich auch am Hüftgurt bemerkbar, der zwar abnehmbar ist, aber keinerlei Hüftflossen aufweist und zudem nach hinten zugezogen wird. Da dieses Modell mehr Alpin- als Wanderrucksack ist, bewerten wir ihn zweifach unter beiden Aspekten. Als Wanderrucksack kommt er mit 48% nur auf ein «befriedigend». Wertet man die Eigenschaften in Hinblick auf seine Eignung als Alpinrucksack erzielt er mit 60% der dann möglichen Punkte ein «gut».



Der zweite Kandidat ist der **Altiva Pack 22** von **Patagonia**. Dieser sehr leichte Tageswanderrucksack hat statt einer Deckelklappe rückennah ein kleines RV-Außenfach, welches von oben zugänglich ist. Das eigentliche Hauptfach kann von oben über einen weit umlaufenden 2-Wege-RV geöffnet und beladen werden. Bis auf das Einsteckfach für die Trinkblase ist es ungeteilt. Ansonsten bietet der Rucksack mit einem zentralen RV-Außenfach und zwei leicht schrägen, seitliche Netzaußenfaschen noch reichlich gut zugänglichen Stauraum. Auch auf den beiden Hüftflossen gibt es noch 2 RV-Taschen für wichtige Utensilien. Ein kleines Bodenfach für die Regenhülle rundet die Ausstattung ab. Die perforierten Schultergurte sitzen komfortabel und sind gut belüftet. Auch die mit einem Netzgewebe abgedeckte Rückenplatte erlaubt, dank v.a. querlaufender Konturen, eine gute Belüftung des Rückens.

Unser Fazit: Der aus teilweise recyceltem Material gefertigte, PFC-freie **Patagonia Altiva Pack 22** ist gut ausgestattet und dank sinnvoll dimensionierter Hüftflossen bietet er auch eine gute Lastenkontrolle. Leider muss der Hüftgurt aber ergonomisch ungünstig nach hinten zugezogen werden. Am Ende sichert sich der Rucksack mit einer Punkteausbeute von 61% der maximal möglichen Punkte das Testurteil «gut» .



Als nächstes geht es um den **ECO 21** von **bleedxZanier**. Dieser Rucksack ist das absolute Leichtgewicht im Test und bietet bei etwas über einem halben Kilogramm Eigengewicht sehr geräumige 21 Liter Stauraum. Diese verteilen sich auf ein RV-Außenfach im (per 2-Wege-RV nach vorne zu klappenden) Deckel, ein RV-Innenfach und das Hauptfach, das zudem ein Trinkblasenfach aufweist. Zusätzlich gibt es noch 2 seitliche Netzaußenfaschen sowie eine RV-Tasche auf einer Hüftflosse. Der Rucksack hat am Rücken zwei senkrechte Mesh-Polsterstreifen, sodass mittig viel Platz für durchströmende Luft frei bleibt. Die Gurte sind gut gepolstert und gut belüftet, was zu einem insgesamt prima Tragekomfort führt. Da der aus 100% recyceltem Material bestehende Rucksack Produktionsverschnitt von Sympatex Material nutzt, braucht er keine Regenhülle, da bei Regen kein Wasser ins Innere dringen kann.

Unser Fazit: Der **bleedxZanier ECO 21** ist ein sehr angenehmer Begleiter auf Tagestouren. Die großen Hüftflossen und der nach vorne zu ziehende Hüftgurt sorgen für gute Lastenübertragung. Die Stabilität des Rucksackleichtgewichts ist allerdings nur für leichtes Gepäck ausgelegt. Insgesamt kann sich der Rucksack 64% der maximal möglichen Punkte und das Testurteil «gut» sichern.

Der letzte Kandidat ist der **Osprey Tempest 20** bzw. das korrespondierende Herrenmodell **Talon 22**. Diese Rucksäcke haben keine Deckelklappe, sondern ein rückennahes, von oben zugängliches RV-Fach. Im Hauptfach gibt es dann noch ein RV-Netzfach. Die Trinkblase wird direkt außen hinter dem Ansatz der Schultergurte in einem eigenen Fach, ideal direkt am Rücken, plaziert. Ansonsten hat der Rucksack mittig noch ein Netzaußenfach und zwei seitliche Netzaußenfaschen. Auf den gut dimensionierten Hüftflossen bieten 2 RV-Taschen Platz für wichtige Kleinigkeiten.

Der Polsterrücken ist sehr gut konturiert, was eine effektive Rückenbelüftung ermöglicht. Zudem kann er über Klett in der Länge individuell verstellt werden. Der relativ kurze Hüftgurt wird ergonomisch sinnvoll nach vorne zugezogen.

Unser Fazit: die Modelle **Tempest 20** und **Talon 22** von **Osprey** sind bestens für Tageswanderungen geeignet. Sie bieten sehr guten Tragekomfort, viel Stauraum und eine gute Ausstattung, wobei diese noch um eine Regenhülle ergänzt werden könnte. Die Rucksäcke werden übrigens aus recyceltem Material gefertigt, sind PFC-frei und nach dem Global Recycling Standard (GRS) und bluesign zertifiziert. Kein Wunder also, dass sie sich 80% der maximal möglichen Punkte sichern können und damit nicht nur das Testurteil «sehr gut» sondern wohlverdient auch das Testsieger-Label der Kontaktrückengruppe erringen.



Da oft nachgelesen, wiederholen wir hier einige wesentliche Informationen zum Thema Rucksack:

Kleine Rucksackkunde

Das Wichtigste beim Rucksackkauf ist: das gute Stück muss wirklich passen! Das bedeutet, dass nicht nur die Rückenlänge stimmen muss, sondern auch die sonstigen Einstellungen individuell anpassbar sein müssen. Ist das gegeben, kann man das Augenmerk auf weitere wichtige Eigenschaften lenken. So sollte unbedingt eine gute Belüftung am Rücken gegeben sein, wobei diese keinesfalls zu Lasten der Gewichtskontrolle gehen darf. Auch eine gute Belüftung und Polsterung von Schulter- und Hüftgurt sind essentiell, wenn es um den Tragekomfort geht. Erst wenn diese Rahmenbedingungen stimmen, sind die Raumaufteilung im Hauptfach und die weitere Ausstattung mit Taschen und Extras zu beachten.

a) Welcher Rucksack für welchen Einsatz?

Viele Menschen sind zudem unsicher, wenn es um das Volumen und die Art des Rucksacks geht.

Für Halbtages- oder Tagestouren eignen sich Rucksäcke zwischen 20 und 30 Litern am besten.

Wer einige Tage (aber ohne Campingausrüstung) unterwegs sein will, braucht Rucksäcke bis etwa 40 Liter.

Erst wer auch Zelt, Schlafsack, Isomatte und Kochgeschirr im Gepäck hat, benötigt Trekkingrucksäcke über 45 Litern.

Hat man die Volumenfrage geklärt, sollte man über die Ausführung nachdenken, denn mittlerweile gibt es immer mehr Modelle sowohl als Herren- als auch als Damenversion. Hauptunterschiede sind die Form, Breite und Länge der gepolsterten Schultergurtbereiche, der Winkel der Hüftflossen und die Polsterung der Hüftflossen. Meistens sind Damenmodelle etwas kleiner im Volumen und in der Rückenlänge etwas kürzer als die korrespondierenden Herren-(Unisex-)modelle.

b) Rückensystem

Weiß man, was für einen Rucksack man sucht, sollte man sich als nächstes mit dem Rückensystem beschäftigen.

Grundsätzlich hat man die Wahl zwischen Netzrücken und Kontakt- oder Polsterrücken. Beim Netzrücken ist der Abstand zwischen Rücken und Rucksack größer als beim Kontakt- oder Polsterrücken. Welches Rückensystem man bevorzugt, ist bei Rucksäcken mit kleinem Volumen Geschmackssache. Je größer aber das Volumen und damit das potentielle Gewicht des beladenen Rucksacks wird, umso wichtiger werden die Hebelgesetze. Denn dann spürt man schon auf den ersten Metern einer Tour jeden Zentimeter zusätzlichen Abstandes zwischen Rücken und Rucksack, was besonders bei Menschen mit (Lenden-)Wirbelsäulenproblemen schnell ein echtes Problem werden kann. Der Abstand zwischen Rücken und Rucksack ist bei Modellen mit nicht variablem Netzrücken naturgemäß größer, als bei Rucksäcken mit Kontakt- oder Polsterrücken. Daher ist die Lastenkontrolle bei Netzbelüftungen nicht so gut wie bei gepolsterten Kontakt- oder Polsterrücken. Große Rucksäcke oder Alpinrucksäcke, bei denen die Last unbedingt sehr gut kontrolliert werden muss, sind daher nur mit Polsterbelüftungen ausgestattet. Ab welcher Rucksackgröße bzw. ab welchem Gesamtgewicht man auf ein möglichst rückennahes Tragen achten sollte, muss jeder selbst entscheiden.

c) Wie passt man den Rucksack richtig an?

Hat man nun glücklich den richtigen Rucksack ausgesucht, stellt sich die Aufgabe des „richtigen“ Anpassens.

Am besten geht man wie folgt vor:

1. Beim Anprobieren den Rucksack mit Ballast (z.B. Sandsäckchen) beladen und alle Gurte lockern.
2. Den Rucksack aufsetzen und zuerst den Hüftgurt schließen. Dabei unbedingt darauf achten, dass die Hüftflossen seitlich an der Hüfte sitzen (nicht als „Bauchgurt“!). Nun den Hüftgurt stramm anziehen.
Tipp: Bei Frauen sitzt der Rucksack nun in der Regel deutlich unterhalb des Hosengürtels, bei Männern knapp unter dem Hosengürtel, Tendenz nach unten).
3. Erst jetzt zieht man die Schultergurte und Kontrollriemen an und schließt den Brustgurt.

Wenn das Gewicht zu etwa 80-90% auf der Hüfte (nicht auf den Schultern!) lastet, sitzt der Rucksack gut. Das kann man prüfen, indem man eine zweite Person bittet, einen Finger unter den Schultergurt zu schieben. Gelingt das problemlos, liegt wenig Gewicht auf den Schultern, der Rucksack „sitzt“.

d) Gewichtsverteilung im Rucksack

Selbst ein gut angepasster Rucksack trägt sich schlecht, wenn die Gewichtsverteilung im Rucksack nicht stimmt. Es gilt also ein paar wichtige Regeln zu beachten:

1. Je weiter entfernt vom Rücken etwas verstaut wird, umso leichter sollte es sein.
2. Die schwersten Dinge gehören etwa auf Schulterhöhe rückennah in den Rucksack.
3. Ganz oben (z.B. in ein hoch aufragendes Deckfach) sollten nur leichte Gegenstände verstaut werden.

In der Praxis bedeutet das: das Hauptgewicht sollte rückennah und zentral (also etwa zwischen Schultern und Taille) verstaut werden. In die Deckelklappe und das Bodenfach kommen nur leichtere Gegenstände. Was schnell zur Hand sein muss, sollte gut erreichbar verstaut sein. Dazu eignen sich zentrale Außenfächer oder (für kleine Gegenstände) auch die oft vorhandenen Taschen am Hüftgurt. Meist ist das Wasser zum Trinken das schwerste Gepäck. Optimal sind Trinksysteme, die sich per se an der richtigen Stelle im Rucksack befinden. Wer Flaschen bevorzugt, sollte statt einem großen lieber zwei kleine Behälter rechts und links tragen und abwechselnd daraus trinken.

Bleibt noch die Frage, was überhaupt mitgenommen werden muss. Als kleine Hilfestellung haben wir auf unserer Homepage bei den Praxistests ein Untermenü mit Zusatzinfos angelegt. Hier gibt es auch Packlisten, die als PDF herunter geladen werden können:

<https://www.schoeneres-wandern.de/html/zusatzinfos.html>

Allgemeine, gängige Umwelt- und Produktions-Zertifikate im Outdoorbereich

Immer wichtiger wird auch bei Outdoor-Ausrüstung, die Frage nach der Produktionsmethode, wobei nicht nur die Herkunft der Rohstoffe und das Herstellungsland, sondern auch die arbeitsrechtlichen und umweltrechtlichen Auflagen und Grenzwerte eine Rolle spielen. Bei der Einschätzung dieser Abläufe helfen dem Endverbraucher einige international anerkannte Zertifikate, von denen folgende recht häufig genutzt werden:

bluesign®: internationaler Standard der den gesamten Prozess der Herstellung eines Produkts bewertet. Das bedeutet schon die Gewinnung des Rohmaterials muss nach strengen Richtlinien erfolgen. Anschließend müssen auch in der eigentlichen Produktion alle arbeitsschutzrechtlichen und umweltrechtlichen Auflagen erfüllt werden. Bluesign® zertifizierte Produkte sind also nicht nur schadstofffrei, sondern sind auch möglichst umwelt- und ressourcenschonend hergestellt. www.bluesign.com

Öko-Tex 100: unabhängiges Prüf- und Zertifizierungsverfahren für Schadstoffe in Textilien (wobei nicht nur Endprodukte, sondern auch das Rohmaterial zertifiziert werden kann). Bei der Schadstoffprüfung werden neben gesetzlich verbotenen (und / oder gesetzlich geregelten) Substanzen auch gesundheitsbedenkliche Substanzen überprüft. *Weitere Informationen unter:* www.oeko-tex.com

Der grüne Knopf: Der grüne Knopf ist das noch recht neue Textilsiegel der Bundesregierung. Zur Erlangung müssen 46 Kriterien aus dem Sozialbereich (Arbeitssicherheit, Arbeitsethik etc.) und aus dem Umweltbereich eingehalten werden, was von unabhängigen Prüfern festgestellt wird. www.gruener-knopf.de

GRS (global recycling standard)

Global Recycling Standard (GRS) Recycelte Materialien können auch nach dem Global Recycling Standard zertifiziert werden. Der GRS wurde 2008 von „Control Union Certifications“ als unabhängiges Zertifikat für recycelte Produkte eingeführt. Es berücksichtigt v.a. die sozialen und umweltrelevanten Aspekte bei der Herstellung recycelter Produkte. *Weitere Infos:* <https://certifications.controlunion.com/de/certification-programs/certification-programs/grs-global-recycle-standard>

B-Corp

Das B-Corp Zertifikat gehört zu den in Europa noch weniger verbreiteten Siegeln. Es berücksichtigt neben der Nachhaltigkeit der genutzten Materialien auch die Arbeitsbedingungen und bewertet auch die Transparenz des gesamten Produktionsprozesses. *Weitere Infos unter:* www.bcorporation.net

Ethical Trade (Initiative für ethischen Handel, IEH)

Ethical Trade ist eine der fairwear foundation sehr ähnliche Vereinigung in Norwegen. Sie arbeitet branchenübergreifend und unabhängig und sorgt dafür, dass alle Mitglieder unter ethisch korrekten Arbeitsbedingungen produzieren. Neben den arbeitsrechtlichen Rahmenbedingungen werden auch die Umweltstandards streng überprüft. <http://etiskhandel.no/en/>

Fair Wear Foundation: Die Fair Wear Foundation (FWF) ist eine weltweit operierende, unabhängige Organisation, die sich zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen (Sicherheitsstandards, Arbeitszeit, Lohn etc.) in der Textilbranche einsetzt. Meist sind die Forderungen der FWF deutlich weitgehender, als die nationalen gesetzlichen Vorschriften. Derzeit sind etwa 80 Hersteller Mitglied in der Fair Wear Foundation. *Weitere Infos unter:* www.fairwear.org

Fair Trade Certificate: Den meisten ist das Fair Trade Siegel von fair gehandelten Lebensmitteln bekannt. Doch auch einige (wenige) Outdoor-Textilhersteller haben fair trade Produkte im Portfolio.

Fair Trade ist eine non-profit Organisation, die sich das Ziel gesetzt hat, das (wirtschaftliche) Ungleichgewicht im

Welthandel zu bekämpfen. Produkte mit dem Fair Trade Zertifikat werden unter Einhaltung sozialer, ökonomischer und ökologischer Standards hergestellt und gehandelt. Für Fair Trade Produkt zahlen die Hersteller den Arbeitern in der Fabrik einen Zuschlag, mit dem dann gemeinsam bestimmte soziale oder ökologische Projekte umgesetzt werden. Nähere Informationen zu fair trade bei Textilien gibt es unter: www.fairtradeusa.org

Fair Factories Clearinghouse: Fair Factories Clearinghouse (FFC) setzt sich für eine Optimierung der firmeninternen Organisation in Hinblick auf Umweltrichtlinien und Arbeitsethik ein. *Weitere Infos unter: www.fairfactories.org*

EMAS: Gütesiegel der Europäischen Union. Mit dem europäischen Umweltmanagementsystem (Eco-Management and Audit Scheme = EMAS) werden Hersteller zertifiziert, die Umweltschutz aktiv voran treiben, wobei v.a. der Energieverbrauch bei der Produktion, Abfallmanagement und Emissionen bewertet werden. Zugleich werden die Anforderungen der ISO Norm 14001 (internationaler Standard zu Umweltrichtlinien bei der Produktion von Textilien) erfüllt. www.emas.de

Weiterführender Link:

Das Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung hat auf der Internetseite <https://www.siegelklarheit.de> für unterschiedliche Bereiche (z.B. Leder, Textilien etc.) gängige Siegel zusammengestellt. Durch Anklicken erhält man die wichtigsten Informationen zu den einzelnen Zertifikaten.

Erläuterung zur Imprägnierung (DWR = Durable Water Repellency)

Viele Funktionskleidungsstücke sind dauerhaft schmutz- und wasserabweisend imprägniert („DWR-Ausstattung“). Um diese Eigenschaften zu erreichen, werden die Stoffe mit chemischen Substanzen behandelt. Dazu wurden bisher PFCs (poly- und perfluorierte Substanzen) genutzt, die jedoch als umweltschädlich und gesundheitsgefährdend gelten. Die Hersteller reagieren darauf und arbeiten schrittweise auf weniger schädliche oder gar PFC freie DWR Imprägnierungen hin. Derzeit sind folgende Technologien im Einsatz:

a) *Imprägnierungen auf Basis von C6-Ketten:* Imprägnierungen auf Basis von nur 6 Kohlenstoffatomen enthalten keine Fluortelomeralkohole, es kann daher auch kein PFOA (Perfluoroktansäure) entstehen, das sich in Natur und Organismen anreichert. Insofern sind C6-Imprägnierungen weniger schädlich als die mittlerweile verbotenen C8-Imprägnierungen, allerdings reichern sich C6-Verbindungen deutlich schneller als C8-Stoffe in Gewässern an, was für die Umwelt dauerhaft schädlich ist.

b) *Imprägnierung ohne PFC:* die umweltfreundlichste Lösung stellt eine komplett PFC-freie Imprägnierung dar, wie sie bereits von einigen Herstellern für immer mehr Kleidungsstücke angeboten wird. Da sich jedes Material unterschiedlich verhält, kann es aber nicht die eine PFC-freie Imprägnierung für eine gesamte Kollektion geben, sondern jedes Produkt benötigt seine eigene, spezifisch abgestimmte Imprägnierung. Dadurch gelingt die Umstellung auf PFC-freie Kollektionen nur schrittweise.